

2月の事業予定



日	曜日	朝 びん	午前			屋 体 操	午後			夕 びん		
1	土	○				×	自	ふじみんぴんしゃん体操ロング	1:30	介護予防ホール	×	
2	日		休 館 日									
3	月	○	申	初回講習会	10:00	介護予防ホール 機能訓練室	○	自	口から始める健口講座	1:30	介護予防ホール	○
4	火	○	—	脳活性トレーニング教室	10:30	介護予防ホール	○	自	足腰しっかり運動教室	1:30	介護予防ホール	○
			申	低栄養予防講座	1:30	栄養改善室						
5	水	○					×	—	通所型サービスC	1:30	介護予防ホール 機能訓練室	×
6	木	○					○	申	フォローアップ講習会	1:00 2:00	機能訓練室	○
7	金	○	自	筋力向上トレーニング教室	10:30	介護予防ホール	○					○
8	土	○					×	自	わっしょいコンサート	1:30	介護予防ホール	×
9	日		休 館 日									
10	月	○	申	フォローアップ講習会	10:00 11:00	機能訓練室	○	自	体力測定会	1:00 2:00	介護予防ホール	○
11	火		休 館 日									
12	水	◎	申	脳活講座（座学）	10:30	介護予防ホール	×	—	通所型サービスC	1:30	介護予防ホール 機能訓練室	×
13	木	○	申	みんな楽しく歌声タイム	10:30	介護予防ホール	○					◎
			申	栄養講座	10:30	栄養改善室						
14	金	○	申	低栄養予防講座	10:00	栄養改善室	○	申	初回講習会	1:00	介護予防ホール 機能訓練室	○
			自	筋力向上トレーニング教室	10:30	介護予防ホール						
15	土	○	申	チェアピラティス	10:30	介護予防ホール	×	自	ふじみんぴんしゃん体操ロング	1:30	介護予防ホール	×
16	日		休 館 日									
17	月	◎					○	申	フォローアップ講習会	1:00 2:00	機能訓練室	○
18	火	○	申	低栄養予防講座	10:00	栄養改善室	○	自	足腰しっかり運動教室	1:30	介護予防ホール	○
			—	脳活性トレーニング教室	10:30	介護予防ホール						
19	水	◎	申	英語講座	11:00	介護予防ホール	×	—	通所型サービスC	1:30	介護予防ホール 機能訓練室	×
20	木	○	申	初回講習会	10:00	介護予防ホール 機能訓練室	○	自	折り紙サロン	1:30	談話スペース	○
			申	ピラティス講座	2:00	介護予防ホール						
21	金	○	自	筋力向上トレーニング教室	10:30	介護予防ホール	○	自	ぬりえサロン	1:30	談話スペース	○
			申	ハーバリウム講座	10:30	交流活動室						
22	土	○					×	自	ふじみんぴんしゃん体操ロング	1:30	介護予防ホール	×
23	日		休 館 日									
24	月		休 館 日									
25	火	○	—	脳活性トレーニング教室	10:30	介護予防ホール	○	自	足腰しっかり運動教室	1:30	介護予防ホール	○
26	水	◎	申	旅行のすすめ	10:30	介護予防ホール	×	—	通所型サービスC	1:30	介護予防ホール 機能訓練室	×
27	木	○	申	みんな楽しく歌声タイム	10:30	介護予防ホール	○	申	初回講習会	1:00	介護予防ホール 機能訓練室	○
			申	栄養講座	10:30	栄養改善室						
28	金	○	申	低栄養予防講座	10:00	栄養改善室	○	申	脳活講座（運動）	1:30	介護予防ホール	○
			申	フォローアップ講習会	10:00 11:00	機能訓練室						
29	土	○					×	自	ふじみんぴんしゃん体操ロング	1:30	介護予防ホール	×

【申】 事前の申込が必要 【抽】 事前に申込を受けて抽選 【自】 申込不要の当日自由参加

【—】 すでに申込が終了している講座

※ 「ふじみんぴんしゃん体操」は朝びん9:15~10:00、夕びん3:15~4:00 に自由参加で開催

◎ の日は「プレミアムぴんしゃん」として約15分延長して行います